ಹೆಣ್ಣಿನ ಬಗೆಬಗೆ ಉದ್ರೇಕ...

ಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಬಂದ ಲಲನೆಯರು ಯೋನಿ ಉದ್ರೇಕ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾರೆಂದೂ, ಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಕಾಲಿಡದ ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಭಗಾಂಕುರದ ಉದ್ರೇಕ ಆಗುತ್ತದೆಂದೂ ಜನ ನಂಬಿದ್ದರು. ಈ ನಂಬಿಕೆ ಅರ್ಥಹೀನ ಎಂದು ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿಸಿದ ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯ ಪಿತಾಮಹ ಫ್ರಾಯ್ಡ್‌ಗೆ ಧನ್ಯವಾದ.

ಮಹಿಳೆಗೆ ಯೋನಿ ಉದ್ರೇಕವಾಗುತ್ತದೋ, ಭಗಾಂಕುರ ಉದ್ರೇಕ ಆಗುತ್ತದೋ ಎನ್ನುವುದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಗೊತ್ತೇ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಬಹುತೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಕಾಮಕೂಟದ ಅಂತಿಮ ಘಟ್ಟದ ಉತ್ಕಟ ಸುಖ ಅನುಭವಿಸಲು ಭಗಾಂಕುರ ಉದ್ದೀಪನಗೊಳ್ಳಲೇಬೇಕು. ಕಾಮಕೇಳಿ ಅಥವಾ ಸಂಭೋಗದಲ್ಲಿ ಅವರು ಸುಖಿಸುವುದರ ಮೇಲೆ ಇದೇ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವುದು. ಇನ್ನು ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯರು ಲೈಂಗಿಕ ಸುಖಕ್ಕಾಗಿ ಪುರುಷರಿಂದ ಭಗಾಂಕರ ಉದ್ದೀಪನಗೊಳ್ಳುವ ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ಯೋನಿಯೇ ಅಗತ್ಯವಾದ ಕಿಚ್ಚು ಹಚ್ಚಬಲ್ಲದು ಎಂದು ನಂಬಿದ್ದಾರೆ.

ಸಂಭೋಗದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪುರುಷನ ಶಿಶ್ನದ ಮುಂಭಾಗದ ಸುರಳಿಯಂಥ ಭಾಗವು ಹೆಣ್ಣಿನ ಭಗಾಂಕುರವನ್ನು ತುಸು ಕೆಳಗೆ ಹೋಗುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಹದವಾಗಿ ತೀಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಆಗುವುದೇ ಸಹಜ ಉದ್ರೇಕ. ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯರ ಅಂಗರಚನೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿದ್ದು, ಭಗಾಂಕುರ ಶಿಶ್ನದ ಆ ಸುರುಳಿಯಂಥ ಭಾಗಕ್ಕೆ ಸೋಕದೇ ಹೋಗಬಹುದು (ಯೋನಿಗೋಡೆಯ ಮುಂಭಾಗದಲ್ಲಿ 'ಜಿ' ಆಕಾರದ ರಚನೆ ಇರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ). ಹಾಗಾಗಿಯೇ ಬಹುತೇಕ ಮಹಿಳೆಯರ ಕಾಮೋತ್ಕಟತೆಯು 'ಜಿ-ಸ್ಪಾಟ್ ಉದ್ರೇಕ'ವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಇದರ ಕಿಚ್ಚು ಹತ್ತುವುದು ಭಗಾಂಕುರದಲ್ಲೇ.

ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಉದ್ರೇಕಗಳಿವೆಯೋ ಇಲ್ಲವೋ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲವೆಂದು ಇಂಥ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಂದ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತಮ, ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಉದ್ರೇಕವನ್ನು ಬೇಕೆನಿಸಿದಾಗ ಅನುಭವಿಸಿ, ಸುಖಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯ.

ಏಕಕಾಲಿಕ ಉದ್ರೇಕ

ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮ ಜೊತೆಗಾರ ಹಾಗೂ ತಾವು ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸುಖದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯನ್ನು ತಲುಪುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆಯ ಸ್ಥಿತಿ ತಲುಪುವುದು ಅಪರೂಪ. ಬಹುತೇಕ ಮಹಿಳೆಯರು ಸುಖದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆ ತಲುಪುವ ಸಮಯಕ್ಕೂ, ಅವರ ಜೊತೆಗಾರ ಅದೇ ಸ್ಥಿತಿ ಮುಟ್ಟುವ ಸಮಯಕ್ಕೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ. ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿಯೇ ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಸುಖದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆ ಮುಟ್ಟುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಅದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ಆದೀತು. ಪುರುಷನಿಗೆ ತನ್ನ ಉದ್ರೇಕದ ಮೇಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣವಿದ್ದು, ಸಂಭೋಗದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಜಾಣತನದಿಂದ ತನ್ನ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಷ್ಟು ಕಸುಬುದಾರ ಆಗಿದ್ದರೆ, ಏಕಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸುಖದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆ ತಲುಪುವುದು ಸಾಧ್ಯ.

ಬಹು ಉದ್ರೇಕ

ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಮಹಿಳೆಯರು ಒಂದಾದ ನಂತರ ಒಂದರಂತೆ ಭಾಗಶಃ ಉದ್ರೇಕವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬಲ್ಲರು. ಈ ಬಿಡಿಬಿಡಿ ಉದ್ರೇಕಗಳ ಮೊತ್ತವೇ ಇಡೀ ಉದ್ರೇಕ. ವಯಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಬಹು ಉದ್ರೇಕಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. 20ನೇ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ಇದು ಅಸಹಜ. ಆದರೆ, ನಲವತ್ತು, ಐವತ್ತು, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವಯಸ್ಸಾದವರಲ್ಲಿ ಇದು ಸಹಜ ಸಾಧ್ಯ.

ಫೆಬ್ರುವರಿ 2009ರಲ್ಲಿ, 'ರಾಯಲ್ ಸೊಸೈಟಿ ಆಫ್ ಮೆಡಿಸಿನ್'ನಲ್ಲಿ ಡ್ಯಾನಿಷ್ ಮನೋಲೈಂಗಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಪಿಯಾ ಸ್ಟ್ರಕ್ 500 ಮಹಿಳೆಯರ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ಅಧ್ಯಯನದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಮಂಡಿಸಿದ. ಈ ಮಹಿಳೆಯರೆಲ್ಲರಿಗೂ ಉದ್ರೇಕ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಸುದೀರ್ಘ ಇತಿಹಾಸವಿತ್ತು. ಅವರಲ್ಲಿ ಶೇ 25ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು ಸುಖದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆ ತಲುಪಿಯೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಅವರ ವಯಸ್ಸು 18ರಿಂದ 88ರವರೆಗೆ ಇತ್ತು. ಮುಟ್ಟಾಗುವುದು ನಿಲ್ಲುವ ಮಧ್ಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಬೇರೆಯೇ ಆಗುತ್ತವೆ. ದೇಹದ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಆಗುವ ಎಲ್ಲಾ ಬದಲಾವಣೆಗಳೇ ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ. ಇಂಥ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ದೂರ ಉಳಿಯುವುದು ಬಹುತೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ. ತುಂಬಾ ಶುಷ್ಕವಾದಂತಾಗಿ, ಕಾಮಕೇಳಿ ಮುಜುಗರ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದೃಷ್ಟವಶಾತ್, ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ದಾರಿಗಳು ಈಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಇವೆ.

ಪುರುಷರು ಹೀಗೆ ನೆರವಾಗಬಹುದು...

ಬಹುತೇಕ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಭಗಾಂಕುರ ಉದ್ರೇಕ ಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ನೆನಪಿರಲಿ. ಸುಂದರ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ರಮಿಸುವುದು, ಸರಸ ಹಾಗೂ ಮೆಲುಕಾಡುವುದು ಮಹಿಳೆಯ ಉದ್ರೇಕಕ್ಕೆ ನಾಂದಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಅವಧಿ ಹೆಚ್ಚಾದಷ್ಟೂ, ನಿಮ್ಮ ಕಾಳಜಿ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬ ಭಾವನೆ ಉಂಟಾಗಿ ಉದ್ರೇಕದ ಪ್ರಮಾಣವೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ. ತನಗೆ ಏನು ಬೇಕು ಎಂದು ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಕೇಳುವ ಗೊಡವೆಗೆ ಹೋಗಬೇಡಿ. ಸಂಗಾತಿಗೆ ಮುನ್ನವೇ ಸ್ಖಲನ ಆಗಿಬಿಟ್ಟರೆ, ಮುತ್ತಿನ ಮಳೆಗರೆದು ಆಕೆಯಲ್ಲಿ ಒಳಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯ ಭಾವ ಉಳಿಸಿ. ಇದರಿಂದ ಆಕೆಯೂ ಸುಖದ ಪರಾಕಾಷ್ಠೆ ತಲುಪುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. 'ಪರಮ ಸುಂದರಿ', 'ಸೆಕ್ಸಿ' ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಹೇಳುತ್ತಾ ಉದ್ದೀಪಿಸಿ.

ಉದ್ರೇಕಗೊಳ್ಳುವುದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಅನುಭೂತಿ. ಅದು ನಿಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಭಾಗ. ಸುಸ್ತಾಗಿ, ನಿರಾಕರಣೆಯ ಮನಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಸಂಬಂಧದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅಸಂತೋಷಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆ ಉದ್ರೇಕಗೊಳ್ಳುವುದು ಸುಲಭವಲ್ಲ. ಈ ಕುರಿತು ಏನೇ ಅನುಮಾನವಿದ್ದರೂ ಪರಿಣತರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯಿರಿ.

ಮಾಹಿತಿಗೆ: info@manipalankur.com

ಅಂಕುರ

ಸೃಷ್ಟಿಕ್ರಿಯೆಯ ಗತಿವಿಧಿ ವಿವರಿಸಲಿದ್ದಾರೆ ಆ್ಯಂಡ್ರೊಲಜಿಸ್ಟ್

ಡಾ. ಎಸ್.ಎಸ್. ವಾಸನ್

16